



# Gymnasium Rahlstedt

20.09. bis 24.09.2021



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Fit-Menü	KARTOFFEL-BROKKOLI-AUFLAUF mit Käse überbacken, dazu Kräutersoße (A,M)	PUTEN-CURRYWURST mit hausgemachter Currysoße und Kartoffelwedges (A,C,M,N)	KNUSPRIGES SEELACHSFILET (MSC) mit Erbsen-Möhren-Rahm und Salzkartoffeln (A,F,M)	TAG DER SCHULVERPFLEGUNG: PAD THAI (gebratene Asianudeln mit Gemüse) (A,D,E,H)	ORIENTALISCHE Tomatensoße mit Rinderhack, dazu Grillgemüse und Kartoffeln oder Nudeln (A,S)
Veggi-Menü	SPÄTZLEPFANNE mit Tomaten, roten Zwiebeln, Pesto und Parmesan (A,E,M)	CURRYWURST VEGGI mit hausgemachter Currysoße und Kartoffelwedges (A,C,E,M,N)	BOHNEN-KARTOFFEL-EINTOPF mit Kräutern und Brot (A,S)	TAG DER SCHULVERPFLEGUNG: PAD THAI (gebratene Asianudeln mit Gemüse) (A,D,E,H)	ORIENTALISCHE Tomatensoße mit Sojahack, dazu Grillgemüse und parboiled Reis (D,S)
Salat	Täglich wechselnde Salate und Dressings zum Mittagessen				
Dessert	frisches Obst der Saison	Müsliriegel (A,C,M,N)	frisches Obst der Saison	frisches Obst der Saison	2 MINI-WINDBEUTEL (A,E,M)



## ALRAUNE IST BIO-ZERTIFIZIERT

Wir verwenden frische Kartoffeln und Äpfel, Langkornreis, Bulgur, Couscous, Nudeln (Penne, Spaghetti, Fusilli, Farfalle, Lasagne), Erbsen, Milch, Joghurt und Quark in **Bio-Qualität!**



Allergene: A = glutenhaltiges Getreide, B = Krebstiere, C = Erdnüsse, D = Soja, E = Eier, F = Fisch, H = Sesam, K = Senf, M = Laktose, N = Schalenfrüchte, O = Sulfit/Schwefeldioxid, P = Lupine, S = Sellerie, T = Weichtiere

Zusatzstoffe: 1 = mit Farbstoff, 2 = mit Konservierungsstoffen, 3 = mit Antioxidationsmittel, 4 = mit Geschmacksverstärkern, 5 = geschwefelt, 6 = geschwärzt, 7 = gewachst, 8 = mit Phosphat, 9 = mit Süßungsmitteln, 10 = mit Phenylalanin